

*А. И. Кравчук*

*A. I. Kravchuk*

*С. В. Паршин*

*S. V. Parshin*

## **ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ У СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ ТЕХНИКИ БРОСКОВ В СОЧЕТАНИИ С РАССЛАБЛЯЮЩИМ УДАРОМ**

## **PROBLEMS IN THE FORMATION OF RELAXING HIT TECH- NIQUES IN COMBINATION WITH THE THROWS PERFORMED BY POLICE OFFICERS**

*Аннотация.* В статье рассматривается проблема применения расслабляющего удара в качестве подготовительного действия при выполнении бросков сотрудниками органов внутренних дел. В ходе анализа видеозаписей боев по рукопашному бою доказано, что расслабляющий удар имеет низкую эффективность для подготовки бросков. Сделаны выводы о нецелесообразности формирования техники бросков у сотрудников органов внутренних дел в сочетании с предварительным расслабляющим ударом.

*Summary.* The article deals with the problem of using relaxing hit as a preparatory action while performing throws by police officers. In the course of the analysis of video recordings of hand-to-hand combat, it was proved that the relaxing hit has a low efficiency for preparing throws. Conclusions are drawn about the inappropriateness of the formation of the technique of throws for employees of the internal affairs bodies in combination with a preliminary relaxing hit.

*Ключевые слова:* броски, расслабляющий удар, эффективность, сотрудники органов внутренних дел, рукопашный бой.

*Keywords:* throws, relaxing hit, efficiency, police officers, hand-to-hand combat.

Сотрудники органов внутренних дел (далее — сотрудники) должны уметь применять физическую силу, в том числе боевые приемы борьбы, с целью пресечения противоправных действий, задержания и доставления правонарушителей, защиты граждан от преступных посягательств, а также обеспечения личной безопасности.

Обучение сотрудников боевым приемам борьбы осуществляется в соответствии с Наставлением по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации (далее — Наставление) [1]. Важнейшим разделом Наставления являются броски. Значимость бросков (умений сотрудников перевести правонарушителя в положение лежа) чрезвычайно высока. Именно в положении лежа сотрудники часто вынуждены завершать задержание, сковывая граждан наручниками, особенно оказывающих активное сопротивление. В положении лежа наиболее надежно можно контролировать

задерживаемых, при этом обеспечивая максимально возможную степень личной безопасности.

Техника бросков представлена во многих литературных источниках — учебниках, учебных пособиях, а также в учебных видеофильмах, видеоуроках, получивших в последнее время широкое распространение благодаря развитию видеохостинга «Ютуб» и иных ресурсов в сети Интернет. Данная информация общедоступна и вполне пригодна для использования в учебном процессе с сотрудниками при формировании и совершенствовании техники бросков. Однако существуют специфические особенности обучения сотрудников броскам, изложенные в Наставлении. Наиболее значимой особенностью является изучение бросков в сочетании с расслабляющим ударом, который сотрудник должен нанести перед броском. В настоящее время у специалистов в области физической подготовки по данному вопросу возникают многочисленные дискуссии, проблема существует уже несколько лет, остается актуальной и требует решения [2; 3].

В Наставлении представлены семь бросков: задняя подножка, задняя подножка с захватом ноги, передняя подножка, бросок через бедро, бросок через спину, бросок захватом ног сзади, бросок захватом ног спереди.

Все броски, кроме броска захватом ног сзади, требуется выполнять с нанесением расслабляющего удара. Например, при броске через бедро необходимо: «левой рукой захватить правую руку ассистента, а правой — обозначить расслабляющий удар в туловище, после чего выполнить захват на его пояснице. Рывком на себя-влево-вверх заставить его перенести вес тела на носки...» [1]. При выполнении других бросков расслабляющий удар необходимо наносить аналогичным образом рукой, а при броске передней подножкой — ногой.

Исходя из описания техники бросков в Наставлении, можно предположить, что расслабляющий удар является неотъемлемой составляющей структуры броска и способствует его успешному применению в отношении правонарушителя. Однако статистических данных, подтверждающих данное предположение или опровергающих его, в научных исследованиях и учебной литературе нам найти не удалось. При этом известно, что определяющим фактором для применения того или иного приема является наличие благоприятных условий, что касается бросков, то это, прежде всего, наличие захвата, положение соперника и выведение его из равновесия [4, с. 28; 5].

Исследовать практику применения сотрудниками бросков затруднительно, прежде всего потому, что для сбора эмпирических данных недостаточно видеоматериалов, а данные, полученные при анкетировании сотрудников, могут быть значительно искажены субъективным мнением самих сотрудников

о технике выполненного ими броска при задержании правонарушителя, а также предубежденностью исследователя.

В связи с этим с целью определения эффективности расслабляющих ударов для успешного выполнения бросков исследовались видеозаписи боев на соревнованиях по рукопашному бою. Следует отметить, что рукопашный бой является универсальным единоборством, где сочетаются удары и броски, что, несмотря на ограничения и установленные правила, позволяет получить информацию с высокой степенью достоверности по исследуемому вопросу.

Вид спорта «рукопашный бой» включен во Всероссийский реестр видов спорта. Соревнования проводятся по соответствующим правилам, утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении правил вида спорта “рукопашный бой”» (далее — Правила рукопашного боя), согласно которым спортсменам разрешается применять широкий арсенал приемов: ударов руками и ногами, бросков, болевых и удушающих приемов, удержаний в положении лежа [6].

Для достижения указанной цели методом анализа были исследованы видеозаписи боев чемпионата России по рукопашному бою, состоявшегося в городе Орле в декабре 2021 года [7]. Было проанализировано 80 боев, в весовых категориях от 60 до +90 кг. Следует отметить, что в соревнованиях принимали участие 271 спортсмен, из них 1 заслуженный мастер спорта, 15 мастеров спорта международного класса, 77 мастеров спорта и 178 кандидатов в мастера спорта. Учитывались все защитные, атакующие и контратакующие действия спортсменов, после которых один из спортсменов выполнял бросок.

Необходимо иметь в виду, что Правилами рукопашного боя время нахождения спортсменов в захвате ограничено пятью секундами, это требование положительно сказалось на результатах исследования, так как оно коррелируется с требованием Наставления к броскам, где алгоритм обучения броскам предусматривает следующую структуру: захват — удар — бросок. Таким образом, и в том, и в другом случае бросок должен быть выполнен быстро после взятия захвата.

В результате исследования установлено, что всего в течение 80 боев спортсмены выполнили 211 различных бросков. Из них только 25 бросков (12 %) выполнены после предварительного нанесения удара или имитации удара с целью отвлечения внимания соперника. Основная же часть бросков — 186 (88 %) выполнены без нанесения предварительного удара (применительно к деятельности сотрудников — расслабляющего удара), а именно:

- 95 бросков (45 %) выполнены после защиты от ударов;
- 45 бросков (21 %) выполнены после быстрого сближения без ударов (в основном это проходы в ноги);

- 25 бросков (12 %) выполнены в ходе смешанных обоюдных защитно-атакующих действий;
- 14 бросков (7 %), а, вернее, падений, зафиксировано от ударов (толчков), которые не привели к нокауту или к нокдауну;
- 7 падений (3 %) произошло при попытке спортсмена нанести удар (в основном при попытке нанести удар ногой).

Возвращаясь к броскам, выполненным после предварительного нанесения удара, следует обратить внимание, что все 25 бросков выполнены в переднем направлении относительно атакующего, т. е. соперник падал назад. В основном прослеживалась комбинация: удар или имитация удара в голову (реже в туловище) — проход в ноги — бросок захватом ног спереди. Причем данная комбинация выполнялась без пауз, при постоянном движении атакующего спортсмена вперед.

По итогам исследования можно сделать следующие выводы:

1. Предварительный (расслабляющий) удар как способ подготовки броска актуален только в 12 % случаев, причем этим броском является исключительно бросок захватом ног спереди.

2. Предварительный (расслабляющий) удар перед выполнением бросков через бедро, спину, передней подножки спортсмены не наносят (в ходе исследования подобных комбинаций зафиксировано не было).

3. Броски через спину, бедро, подхваты, подсады, броски прогибом применяются в качестве защитных действий от ударов либо после борьбы в захвате в течение 3–4 секунд.

4. Существуют противоречия между условиями демонстрации бросков сотрудниками и применением бросков спортсменами на соревнованиях (последние применяют броски в основном без предварительного удара).

5. Формирование техники бросков у сотрудников органов внутренних дел в сочетании с расслабляющим ударом актуально только при изучении броска захватом ног спереди.

6. Техника бросков в Наставлении должна быть изложена без расслабляющего удара.

7. В ходе итоговых занятий, инспекторских и контрольных проверок органов и организаций внутренних дел при оценке индивидуальной физической подготовленности сотрудников, а именно при оценке техники бросков, демонстрация бросков сотрудниками должна осуществляться без нанесения расслабляющего удара.

1. Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации [Электронный ресурс] : приказ М-ва внутр. дел России от 1 июля 2017 г. № 450 : в ред. от 27.07.2020 г. Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс». [Вернуться к статье](#)

2. Горелик А. В., Аракелян Г. Л. К дискуссии о необходимости применения «расслабляющего» удара при обучении технике боевых приемов борьбы // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных организациях высшего образования. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании : сб. ст. Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. памяти мастера спорта СССР по самбо и дзюдо, заслуженного тренера РСФСР полковника милиции Э. В. Агафонова / сост.: Е. В. Панов, В. М. Дворкин. Красноярск, 2022. С. 53–57. [Вернуться к статье](#)

3. Кравчук А. И. Проблемы интерпретации отдельных пунктов Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Рос. Федерации по вопросам необходимости нанесения расслабляющего удара // Актуальные проблемы борьбы с преступлениями и иными правонарушениями : XVI междунар. науч.-практ. конф., Барнаул, 2 февр. 2018 г : тез. докл. : в 2 ч. / Барнаульский юрид. ин-т М-ва внутр. дел Рос. Федерации ; редкол.: Анохин Ю. В. (предс.) [и др.]. Барнаул : Барнаульский юрид. ин-т МВД России, 2018. Ч. 2. С. 100–101. [Вернуться к статье](#)

4. Агафонов Э. В., Мешалкин О. Г. Техника борьбы самбо : монография. Красноярск : Красноярский гос. ун-т, 1999. 191 с. [Вернуться к статье](#)

5. Гуралев В. М., Евтушенко А. А. Некоторые вопросы обучения боевым приемам борьбы курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России // Научный компонент. 2019. № 3 (3). С. 127–133. [Вернуться к статье](#)

6. Об утверждении правил вида спорта «рукопашный бой» [Электронный ресурс] : приказ Минспорта России, 6 апр. 2018 г., № 304. Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс». [Вернуться к статье](#)

7. Чемпионат России по рукопашному бою [Электронный ресурс] : URL: <https://youtu.be/J2nOva8wu3k> (дата обращения: 01.09.2022). [Перейти к источнику](#) [Вернуться к статье](#)